

社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会 横浜市新栄地域ケアプラザ  
〒224-0035 横浜市都筑区新栄町19-19 TEL 045-592-5255 FAX 045-595-3321



## ごあいさつ

新年明けましておめでとうございます。地域の皆様におかれましては、新春を晴々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。また、平素よりケアプラザの運営に対し、格別のご支援とご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

令和8年度は地域活動を通じて、さらに地域の活性化に貢献していきたいと考えております。皆様が笑顔で過ごせるよう、努めてまいりますので、引き続きご協力をお願いいたします。

本年も引き続き、ケアプラザに対するご理解とご支援、ご協力を心よりお願い申し上げます。

横浜市新栄地域ケアプラザ 所長 島崎 太輔

## 地域で編むやさしさの輪



「認知症マフ」は触れることで心を落ち着かせたり、手の動きを促したりする  
思いやりのこもった手づくりのマフです。

この講座では、認知症マフづくりを通して認知症への理解を深め、  
地域の中で支えあうやさしい輪を広げていきます。

手づくりが初めての方も大歓迎♪みんなで温かな時間をすごしませんか。

【日 時】 1月 29日(木) 13:30~15:00

【場 所】 新栄地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

【対 象】 興味のある方どなたでも

【定 員】 先着20名

【参加費】 無料

【持ち物】 かぎ針をお持ちの方はご持参ください

※ マスク着用は、任意となります。



【講師】 看護師・認知症ケア専門士  
湊谷 あい子 氏

☆お申込み&お問合せ先☆ 新栄地域ケアプラザ ☎045-592-5255

## 新栄憩いのひろば



予約制  
となります。

新年最初の講座は、昨年好評だった『坊主めぐり』を実施します♪  
ご参加お待ちしております！

【日 時】 1 月 8 日 (木) 13:30～15:00

【場 所】 新栄地域ケアプラザ 多目的ホール

【対 象】 おおむね 65 才以上の方

【定 員】 先着 20 名

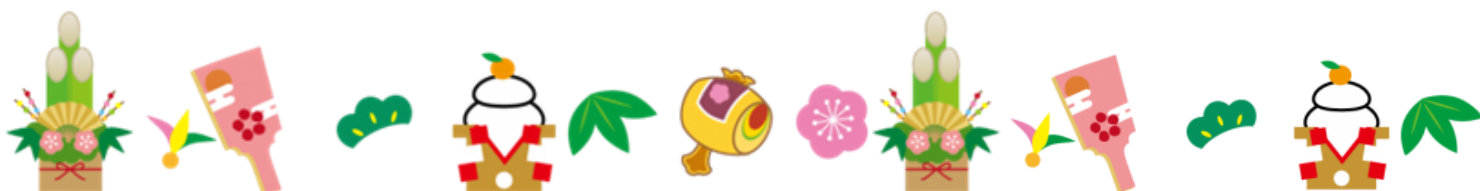
【参加費】 100 円

【申込み】 12 月 12 日 (金) 9 時から開始



〈昨年の様子〉

※当講座は、毎月1回 第2木曜日の開催で事前予約制です。マスク着用は、任意となります。



## 生活支援コーディネーターのホットな地域情報！！

### ～ 生活支援コーディネーターの見た景色 ～

## 生活支援ボランティアグループ交流会を実施



生活支援Co  
熱田

現在、都筑区内では7つの生活支援ボランティアグループが活動されています。

団体ごとに活動内容に差はありますが、買い物やゴミ出し支援、簡単な庭のお手入れ、部屋のお掃除等の支援活動が行われています。

10月29日、この7団体17名にパン作りを通じて地域活動をするパンじいちゃん3名とコーヒーボランティア9名にも参加していただき、パンとコーヒーの香りが立ち込める中、交流会を実施いたしました。

最近ボランティア活動を始めた方からは、「これまでは、年配の方がたくさん荷物を持って歩いている姿を見ても何も思わなかった。活動を始めてからは、大丈夫かな、と思い、荷物を持ちましょうか、と自然に声掛けもするようになった。良い変化だと思う。」とお話いただきました。

これから高齢化が進み、需要が高まっていく中での全団体に共通したお悩みは一つでした・・・。

それは、「一緒に活動してくれるボランティアが少ない、新しい方がなかなか入ってくれない。」です。

ボランティア活動に興味がある方は、ぜひケアプラザにご連絡ください。

「あったらいいな。」を、形にするお手伝いをするのが

生活支援コーディネーターです。いつでもお気軽にご相談下さい。

## 「カラダは食べたものから できている」

～元気な人生100年のヒント～

健康寿命を延ばすために今からできることは？

先着25名様

**1月30日(金)**

**10:00～11:30**

【場所】勝田南町内会館

(勝田南2-8-21)

お土産  
つき!

【講師】株式会社 明治 管理栄養士 様

【持ち物】筆記用具、タオル、飲みもの、マスクなど

募集中!

## 楽しく歌って誤嚥予防

“オーラルフレイル予防”について学びます

元気な暮らしのために“お口の健康”を保ちましょう

**1月28日(水) 10:00～11:30**

場所：新栄地域ケアプラザ 2階  
多目的ホール

講師：声楽家 末岡 聡一郎 先生

対象者：おおむね65歳以上の方

定員：25名

無料



## ケアラース・サークル

### ◇茶話会◇

**1月16日(金) 13:30～15:00**



新栄地域ケアプラザ 2階  
多目的ホール

ケアラース・サークルでは、  
地域包括支援センターの専門職が常駐し、  
介護や福祉に関する様々な相談や、ケアラー同士が  
集える繋がりづくりの場です

## 健康 なんでも

## 相談室

**1月28日(水)**

13:00～14:00

[1人(組) 20分]

場所：新栄地域ケアプラザ

当ケアプラザ協力医の  
林先生(林医院)による  
健康相談です。

※事前予約の方を優先させていただきます。



地域包括支援センター

## 出張相談所



### メゾンふじのき台で開催中!

ケアプラザの専門職が常駐して  
介護や福祉に関するご相談に応じます。

毎月 第4火曜日

12時30分～13時30分

◆相談場所◆ メゾンふじのき台 集会場

**1月27日(火)/2月24日(火)**

下記、お電話でもご相談に応じます。

## 精神保健

※隔月開催に変更になりました

こころの悩み、話すことができますか?

## 定期相談会です

精神的なお悩み、制度のこと。ご自分のこと、ご家族のこと。  
とにかく話を聞いてもらいたい。など...

**2月25日(水)**

新栄地域ケアプラザ  
地域ケアルーム

生活支援センターこころ野の  
精神保健福祉士がお話を伺います

★時間：10:00～11:00 [1人(組) 30分]

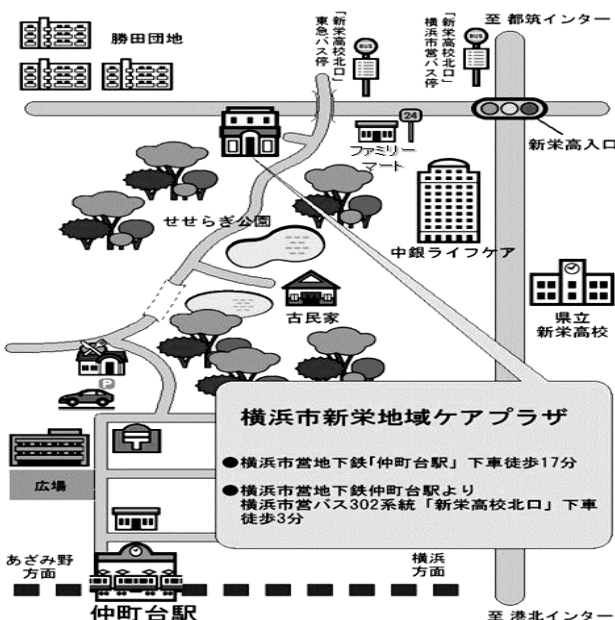
※毎月第4水曜日※ 無料





# 横浜市新栄地域ケアプラザ 1月イベントカレンダー・団体情報

日	月	火	水	木	金	土
				1 年始休館日	2 年始休館日	3 年始休館日
4 小筆会 ミモザ	5 絵手紙かめ	6	7 新栄健康麻雀 体操クラブ	8 新栄囲碁将棋  憩いのひろば	9 悠遊パソコン 手話かるがも 赤ちゃん会・ つくしんぼ サロン	10 さくら会 手話ひよこ
11 朝ヨガ なかよし会 ミモザ	12 輝き  唄サロン	13 茅の会 編み物カフェ	14 せきれい会 絵手紙つる 美風流早洵 体操クラブ 新栄お話の国	15 背骨美人の会 勝田囲碁将棋	16 がんばる会  ケアラズ・ サークル	17 手話ひよこ  両親教室
18 なかよし会	19  施設点検日	20 編み物カフェ	21 新栄健康麻雀 ジャズ体操  つむつむジム	22 勝田囲碁将棋	23 がんばる会 悠遊パソコン 手話かるがも	24 さくら会
25 朝ヨガ	26 輝き  子育てサロン	27 茅の会  レコード・ サロン	28 お花の会エルブ  楽しく歌って 誤えん肺炎	29 背骨美人の会  認知症 マフ講座	30	31
		～新栄地域ケアプラザからのお知らせ～ ・マスクの着用は、個人の判断が基本となります。 ・4月より、貸室での飲食が可能となりました。				≪ご注意≫ 12/4 時点申込状況を掲載 しています。 ■はケアプラザ事業です。



## ★お問い合わせ先★

社福）横浜市福祉サービス協会 横浜市新栄地域ケアプラザ  
都筑区新栄町19-19 TEL 045 (592) 5255

●市営地下鉄仲町台駅より せせらぎ公園緑道を通り徒歩17分

●市営バス302系統 東山田駅行き新栄高校北口下車徒歩3分

## ☆開館時間☆

月曜～土曜 午前9時～午後6時※

日曜・祝祭日 午前9時～午後5時

休館日 第3月曜日・年末年始

※夜間の貸室予約がある場合のみ、閉館時間は午後9時です。

夜間の貸室予約は、活動日前月の12日迄のお申込みが必要です。詳しくは【地域活動交流事業】までお問い合わせください。